2025年度　JAAF公認ジュニアコーチ養成講習会
（茨城会場）日程表（予定）

	第 1 日	第 2 日	第 3 日
期 日	8月9日(土)	9月13日(土)	9月14日(日)
会　場	オンライン講習	流通経済大学	
住所・会場最寄駅	第1会場	茨城県龍ヶ崎市120	
8：00	アクセス　8:30-8:45 ガイダンス　8:45～9:00	受付時間は「参加案内」をご確認ください	
9：00	指導者の役割と安全管理 9:00~11:00 2Ｈ	ガイダンス 9:00-9:45 45分 種目別指導 （三段跳） 11:00-12:00 1Ｈ	種目別指導 （円盤投） 9:00-10:00 1Ｈ
10：00		休憩 種目別指導 （走高跳） 11:00-12:00 1Ｈ	休憩 種目別指導 （砲丸投） 10:10-11:10 1Ｈ
11：00	休憩 スポーツと栄養 11:10~12:10 1H	休憩 昼休み 50分	休憩 種目別指導 （ハンマー投） 11:20-12:20 1Ｈ
12：00	昼休み 12:10～13:00 50分	種目別指導 （中長距離・競歩） 12:50-13:50 1Ｈ	昼休み 50分
13：00	スポーツ障害 1Ｈ	休憩 基本の運動 9:50-10:50 1Ｈ	種目別指導 （やり投） 13:10-14:10 1Ｈ
14：00	休憩 学校部活動と地域クラブ 14:05～15:05 1Ｈ	休憩 種目別指導 （短距離・リレー） 15:10-16:10 1Ｈ	休憩 種目別指導 （走幅跳） 14:20-15:20 1Ｈ
15：00	休憩 トレーニング計画 15:10～17:10	休憩 種目別指導 （ハードル） 16:20-17:20 1Ｈ	休憩 種目別指導 （棒高跳） 15:30-16:30 1Ｈ
16：00			移動
17：00	2Ｈ 事務連絡 17:30頃　解散予定	事務連絡 17:30　解散予定	筆記試験（45分） 17:00-17:45 事務連絡 18:00　解散予定
18：00			
時間数	7Ｈ	6Ｈ	6Ｈ

＊講義間に5～15分適宜休憩が入ります。進行状況により、終了予定時間が前後する可能性がございます。予めご了承くださいますようお願いいたします

＊時間数について、ガイダンス・試験・休憩時間は学習時間に含みません